

# Studio Time Schedule

【麻布十番店】2019年10月

DAY TIME	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	DAY TIME	
6:30	8:30~DOOR	8:00~DOOR	定  休  日  ※水曜日のみ 恵比寿店・銀座店 相互利用料 ¥0で ご利用可能です。	7:15~DOOR	7:15~DOOR				
7:00									7:00
8:00					Stretch 7:30~8:15 ERI	CS400 7:30~8:30 Shiho	8:00~DOOR	8:00~DOOR	8:00
9:00	Body Design 8:45~9:30 YUKI	CS400 8:15~9:15 MONIKA			CS600 8:45~9:45 T内山	Shape 9:00~9:45 Shiho	CS400 8:15~9:15 NODOKA	Recovery 8:15~9:00 MARIE	9:00
10:00	Shape 10:00~10:45 YUKI	CS600 9:45~10:45 TAKARA			LAVA 10:15~11:15	CS600 10:15~11:15 TAKARA	LAVA 9:30~10:30	CS400 9:30~10:30 Shiho	10:00
11:00	Recovery 11:15~12:00 MARIE	Recovery 11:15~12:00 TAKARA					Body Design 11:00~11:45 TAKARA	LAVA 10:45~11:45	11:00
12:00	CS600 12:30~13:30 MARIE	Body Design 12:30~13:15 YUKI			CS400 11:45~12:45 Shiho	Body Design 11:45~12:30 TAKARA	CS600 12:15~13:15 TAKARA	Stretch 12:15~13:00 MONIKA	12:00
13:00					Shape 13:15~14:00 Shiho	CS400 13:00~14:00 NODOKA/ERI		HOT Fight 13:30~14:15 KOBA	13:00
14:00	HOT Fight 14:00~14:45 NODOKA	CS400 13:45~14:45 YUKI					Shape 13:45~14:30 Shiho		14:00
15:00					Recovery 14:30~15:15 TAKARA	Recovery 14:30~15:15 AYUMI	CS400 15:00~16:00 Shiho	Shape 14:45~15:30 NANA	15:00
16:00							Recovery 16:30~17:15 SEIRA	Stretch 16:00~16:45 NANA	16:00
17:00								CS400 17:15~18:15 TAKARA	17:00
18:00	Challenge 18:15~19:00 Shoco	Shape 18:00~18:45 NANA			Stretch 18:00~18:45 NANA	Challenge 18:00~18:45 Shoco	HOT Fight 17:45~18:30 KOBA		18:00
19:00	Shape 19:30~20:15 NANA	CS600S 19:05~19:50 NANA			CS400S 19:05~19:50 NANA	Shape 19:15~20:00 KOBA		Challenge 18:45~19:30 TAKARA	19:00
20:00		AERO STEP45 20:10~20:55 T内山			CS600S 20:10~20:55 NODOKA	CS600 20:30~21:30 KOBA			20:00
21:00	CS400 20:45~21:45 NANA	HOT Fight 21:25~22:10 KOBA			Challenge 20:15~22:00 NODOKA				21:00
22:00									22:00

【スタジオご利用案内】

- ◇レッスン開始の時刻までにスタジオにお入りいただけない場合、レッスンへのご参加はご遠慮いただく場合がございます。
- ◇インストラクターから指示があった場合、レッスンの受講場所を移動していただく場合がございます。
- ◇月によってレッスン時間や内容が変更になる場合がございますのであらかじめご了承ください。
- ◇ドリンクの持ち込みはペットボトル等のフタ付きの物でお願いします。

【営業時間】

レッスン開始15分前 ~ レッスン終了30分後

# information

## 短縮営業日のお知らせ

いつもHOT STEP麻布十番店をご利用いただき誠にありがとうございます。

**10/14(月)は祝日スケジュールとなります。**

レッスンスケジュールは下記を予定しております。(WEBでもご確認いただけます。) ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力のほど、よろしくお願い致します。 皆様のご予約・ご来店、スタッフ一同心よりお待ちしております！

時間	レッスン
8:15~9:00	Body Design YUKI
9:30~10:15	Shape YUKI
10:45~11:45	CS600 MARIE
12:15~13:00	Recovery MARIE
13:30~14:30	LAVA
15:00~15:45	HOT Fight NODOKA
16:15~17:00	Shape NANA
17:30~18:30	CS400 NANA



# information

## 短縮営業日のお知らせ

いつもHOT STEP麻布十番店をご利用いただき誠にありがとうございます。

**10/22(火)は祝日スケジュールとなります。**

レッスンスケジュールは下記を予定しております。(WEBでもご確認いただけます。) ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力のほど、よろしくお願い致します。 皆様のご予約・ご来店、スタッフ一同心よりお待ちしております！

時間	レッスン
8:15~9:15	CS400 MONIKA
9:45~10:30	Recovery TAKARA
11:00~12:00	CS600 TAKARA
12:30~13:15	Body Design YUKI
13:45~14:45	LAVA
15:15~16:15	CS400 NANA
16:45~17:30	Shape NANA
18:00~18:45	HOT Fight NODOKA



# information

## 10月定休日のお知らせ

HOT STEPBeauty麻布十番店をご利用いただき誠にありがとうございます。

2019年10月定休日のお知らせです。

ご不便をおかけいたしますが、今後もより良いHOTSTEPをご提供できるよう、サービス向上に努めて参りますので、何卒ご理解とご協力の程、よろしく願いいたします。

下記日程を休館日とさせていただきます。

## 2019年10月

## 毎週水曜日

なお、麻布十番店定休日の毎週(水)は  
恵比寿店・銀座店の相互利用料を¥0にて  
ご利用いただけます。

ご不明な点などございましたら、フロントスタッフまでお気軽にお問い合わせください。



HOT STEP